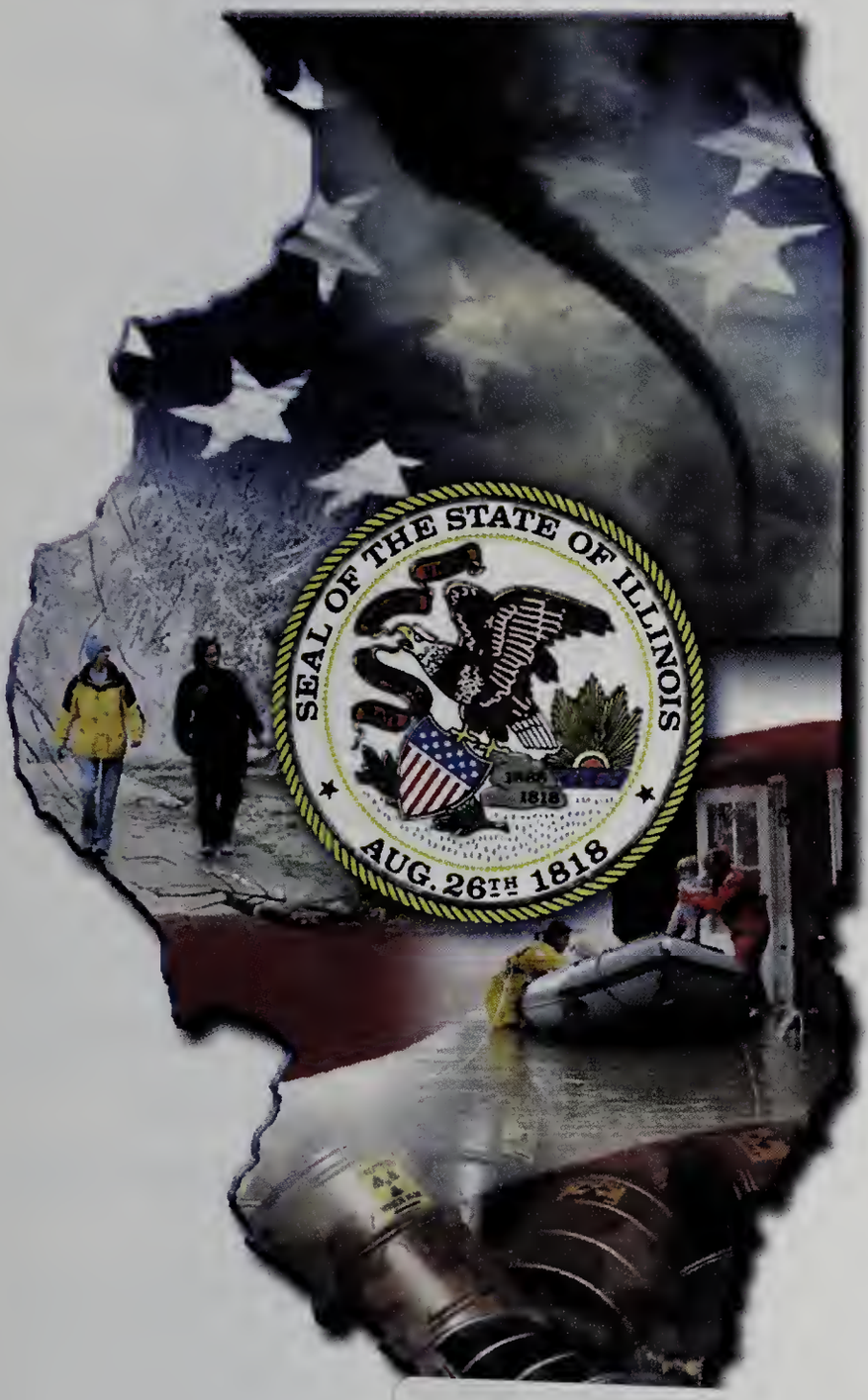
State of Illinois
Rod R. Blagojevich, Governor

Illinois Terrorism Task Force

I363.34
DISA
SPANISH
c.3

ILLINOIS STATE LIBRARY
OCT 08 2008
GOVERNMENT DOCUMENTS

Equipo de Suministros en caso de Desastres



ILLINOIS STATE LIBRARY
UNIVERSITY OF ILLINOIS-URBANA
3 0112 121938945

Office of Homeland Security
Illinois Terrorism Task Force

Illinois Terrorism Task Force

American Red Cross

Equipo de Suministros en caso de Desastres

Mantenga las cosas que por seguro va a necesitar en un envase o recipiente fácil de transportar como un morral o mochila, o un bolso de viaje. Estas cosas tienen un asterisco (*)

AGUA- Almacene agua en envases plásticos como en botellas de refrescos. Evite usar envases que se descompongan o rompan, como cartones de leche o botellas de vidrio. Normalmente una persona activa necesita beber al menos medio galón de agua al día. Ambientes calientes o actividad física intensa puede requerir doblar esa cantidad. Niños, madres que estén amamantando, y personas enfermas necesitan más cantidad.

- ❑ Almacene un galón de agua por persona por día (la mitad para beber y la otra mitad para preparar alimentos y para higiene).
- ❑ Mantenga suficiente agua para por lo menos 3 días para cada persona en su casa.

ALIMENTOS - Almacene una cantidad suficiente de alimentos no perecederos para por lo menos tres días. Seleccione alimentos que no requieren refrigeración, preparación o que necesiten poca o ninguna agua para cocinar. Si usted debe calentar el alimento, incluya un calentador portátil de alimentos desechable (STERNO). Seleccione aquellos alimentos que son compactos y de peso ligero. Incluya una selección de los siguientes alimentos en su equipo de preparación para desastres:

- ❑ Carnes, frutas y vegetales listos para comer.
- ❑ Jugos enlatados, leche, sopa (si está pulverizada, almacene mas agua).
- ❑ Especies tales como azúcar, sal, pimienta.
- ❑ Comidas altas en energía - mantequilla de maní (cacahuate) jalea, galletas, barras de granola, mezcla de nueces y pasas.
- ❑ Vitaminas.
- ❑ Alimentos para los infantes, para las personas mayores y para las personas con dietas especiales.
- ❑ Alimentos que le hagan sentirse cómodo y alivien el estrés - galletas, caramelos, cereal azucarado, chupetas, café instantáneo, bolsitas de té.

EQUIPO DE PRIMEROS AUXILIOS *–

Prepare uno para la casa y otro para el carro. El equipo de primeros auxilios debe incluir:

- ❑ Curitas (banditas) estériles de varios tamaños.
- ❑ 4-6 gasas estériles de 2 pulgadas.
- ❑ 4-6 gasas estériles de 4 pulgadas.
- ❑ Cinta adhesiva anti-alérgica.
- ❑ 3 vendas triangulares.
- ❑ 3 rollos de vendas de 2 pulgadas de ancho.
- ❑ 3 rollos de vendas de 3 pulgadas de ancho.
- ❑ 1 tubo de vaselina u otro lubricante.
- ❑ Varios tamaños de imperdibles de seguridad.
- ❑ Tijeras.
- ❑ Agujas.
- ❑ Pinzas.
- ❑ Antiséptico.
- ❑ Agente de limpieza/jabón.
- ❑ 2 pares de guantes estériles.
- ❑ Toallitas humectantes.
- ❑ Termómetro.
- ❑ Paletas de examinar la garganta.
- ❑ Bloqueador solar (loción)

MEDICAMENTOS DE VENTA LIBRE

- ❑ Aspirina u otro analgésico sin aspirina.
- ❑ Antidiarreico ❑ Laxante
- ❑ Antiácido (para el malestar estomacal)

Llame a la Cruz Roja local para obtener el manual de primeros auxilios y el entrenamiento básico.

HERRAMIENTAS e HIGIENE

- ❑ Utensilios de cocina desechables tipo campamento o vasos desechables, platos de cartón y cubiertos de plástico *
- ❑ Radio de baterías y baterías extras
- ❑ Linterna y baterías extras
- ❑ Dinero en efectivo, cheques de viajero y monedas
- ❑ Abrelatas no eléctrico, y una navaja multiuso*
- ❑ Mapa del área (para localizar refugios)*
- ❑ Manual de Preparación para Emergencias
- ❑ Extintor de incendios pequeño-tipo ABC.
- ❑ Tienda de campaña
- ❑ Cinta de tubería (gris)
- ❑ Papel y lápiz
- ❑ Luces de emergencia
- ❑ Envolturas de plástico
- ❑ Gotero para medicinas
- ❑ Fósforos en un recipiente a prueba de agua
- ❑ Envases y bolsas plásticas
- ❑ Llave de tuerca o de válvula para cerrar las llaves de paso del servicio de gas y agua
- ❑ Equipo de costura (agujas, hilo)
- ❑ Papel de Aluminio
- ❑ Alicates
- ❑ Brújula
- ❑ Silbato

HIGIENE

- ❑ Papel higiénico, toallitas
- ❑ Jabón, detergente líquido
- ❑ Suministros femeninos
- ❑ Bolsas plásticas de basura, tiritas para amarrarlas
- ❑ Envase plástico con tapa
- ❑ Desinfectante
- ❑ Lejía o blanqueador de cloro

ROPA PERSONAL Y ROPA DE CAMA

* Incluya por lo menos un cambio de ropa y de zapatos por persona.

- ❑ Zapatos fuertes o botas de trabajo
- ❑ Impermeable
- ❑ Mantas (frazadas/cobijas) o bolsas de dormir
- ❑ Lentes de sol
- ❑ Ropa interior térmica
- ❑ Sombrero y guantes

Sugerencias y recordatorios

- Guarde su Equipo de Suministros en Caso de Desastres en un lugar donde toda la familia sepa. Mantenga en su vehículo una versión más pequeña con lo mismo.
- Mantenga todos los suministros dentro de bolsas plásticas amarradas.
- Cambie el agua cada 6 meses para que este siempre fresca. Cambie los alimentos almacenados cada 6 meses.
- Vuelva a revisar el equipo de suministros con su familia por lo menos una vez al año. Reemplace baterías, ponga al día la ropa, etc.
- Pregunte a su doctor o farmaceuta acerca del almacenamiento de las medicinas que requieren prescripción.

Los desastres pasan en cualquier momento y dondequiera. Y cuando los desastres pasan, usted a lo mejor no tiene mucho tiempo para reaccionar. ***Tome los siguientes 4 pasos de preparación:***

1. HAGA UN PLAN- discuta con su familia y amigos las emergencias que pudieran ocurrir.

2. PREPARE UN EQUIPO DE PRIMEROS AUXILIOS- Tenga uno para la casa, su vehículo y su lugar de trabajo. Prepárese para refugiarse o para ser evacuado.

3. ENTRÉNESE – Aprenda primeros auxilios y técnicas de resucitación cardio-pulmonar. Sepa dónde puede refugiarse y cómo desconectar los servicios (electricidad, gas y agua).

4. SEA UN/UNA VOLUNTARIO/A – Examine las oportunidades de voluntariado en su comunidad.

Usted y su familia enfrentarán la emergencia mejor si se preparan antes de que ocurra. Una forma de prepararse es armando un Equipo de Suministros en caso de Desastres. Una vez que el desastre ocurra, usted no tendrá tiempo para hacer compras o para buscar suministros. Pero si usted ha recolectado suministros por adelantado, su familia puede soportar mejor una evacuación o un confinamiento en la casa.

Para preparar su equipo

- ☑ Revise la lista en este folleto
- ☑ Junte los suministros de la lista. Usted puede necesitarlos si su familia es confinada a quedarse en la casa.
- ☑ Coloque los materiales que pueda necesitar a la hora de una evacuación en una caja fácil de transportar. Estos suministros tienen un asterisco (*).

EQUIPO DE SUMINISTROS EN CASO DE DESASTRES CONTINUACIÓN

ARTÍCULOS ESPECIALES

No olvide a miembros de la familia, tales como infantes y personas mayores o lisiadas, que tienen necesidades especiales

Para Bebés*

- ❑ Fórmula ❑ Pañales ❑ Teteros
- ❑ Medicinas ❑ Leche en polvo

Para Adultos*

- ❑ Medicinas para el corazón y de la tensión arterial alta
- ❑ Otras prescripciones médicas ❑ Insulina
- ❑ Lentes extras.
- ❑ Lentes de contacto de repuesto y los líquidos para limpiarlos
- ❑ Líquidos especiales para dentaduras postizas.

DOCUMENTOS IMPORTANTES DE LA FAMILIA

Mantenga estos expedientes en un envase portátil que sea impermeable.

- Testamento, pólizas de seguro, contratos, acciones, instrumentos financieros y bonos.
- Pasaportes, tarjetas de la Seguridad Social, tarjetas de inmunizaciones.

Información para estar preparados

American Red Cross
www.redcross.org

Illinois Terrorism Task Force
www.ready.illinois.gov

Illinois Emergency Management Agency
www.state.il.us/iema

Printed by the authority of the State of Illinois
(IISG 665 - 5,000 - 1/07)
IIS GRAPHICS 2006